

KÖRPER – KLANG – KUNDALINI

INTENSIVTAG ZUM THEMA HERZÖFFNUNG

mit **Ornella Cancellieri, Joachim Reinelt, Carmen Würsch**

SAMSTAG 2. DEZEMBER 2017, 09.00 - 16.00 Uhr



Das geheimnisvolle Tor zur Freiheit ist nicht irgendwo, weit weg. Es liegt in unserem Inneren verborgen. Man nennt es auch das „innere Herz“. Gelingt es uns das innere Herz zu öffnen, erhebt sich in uns eine schier unendliche Kraft – im indischen Yoga auch *Shakti* oder *Kundalini* genannt. Das Öffnen des Herzens ermöglicht uns wahre Freiheit und den Zugang zu unserem höheren Potential zu erlangen, das seit Urzeiten in uns schlummert – ein unerschöpfliches Potential an Freude, Stärke Liebe, Erkenntnis und Kreativität.

Es gibt viele verschiedene Wege, das Herz zu öffnen und diese Kraft in uns zu erwecken. Einige höchst wirkungsvolle – über tiefe Erfahrungen mit und in unserem Körper, über das, was Stimme und Klang in uns bewirken oder auch über die traditionellen meditativen Praktiken und die Weisheit des Yoga – werden wir an diesem Intensivtag unter Anleitung durch kundige und erfahrene Lehrer kennen lernen und gemeinsam praktizieren.

Ort: Yogastudio Yoga und Begegnung, Steinhauserstrasse 51 SHI Haus ZUG

Kosten: 140.- SFr. (vor Ort zu bezahlen)

Anmeldung per E-Mail: yogaundbegegnung@bluewin.ch

oder telefonisch bei Ornella: 079 475 11 22

Mittagspause: Lunch selber mitbringen, kleine Snacks und Tee sind vorhanden